

Согласовано

Директор
ГАПОУ СО "Камышловский гуманитарно-технологический техникум"
/Е.Е. Бочкарева/

МЕНЮ

8 сентября 2021 г.

7-11 лет.

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2004	311	КАША РИСОВАЯ	200	11,77	5,1	7	29,6	202
2004	685	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,60	0,1		9,7	40
		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	40	2,01	3	0,4	18,6	92
		БАНАН	250	25,00	3,8	1,3	52,5	240
Итого				39,38	12	8,7	110,4	574
Обед								
2015	20/1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ (до 01.03)	60	7,68	1,4	5,1	17,8	122
2004	110	"БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200/10	7,23	1,6	4,4	8,7	79
2015	27/3	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	6,77	2,5	4,1	15,2	106
2004	451	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	29,26	14,1	16,4	12,5	255
		СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	7,83			30,8	87
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,63	3,1	0,4	18,5	85
		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	40	2,01	3	0,4	18,6	92
Итого				62,41	25,7	30,8	122,1	826
Полдник								
2004	697	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	8,92	5,8	5,6	10,3	123
2004	235	ЗРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	120	12,35	3	12,7	22,9	218
Итого				22,27	8,9	19,3	33,2	341
Ужин								
2015	6/1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	4,26	0,4	0,1	1,3	9
2015	3/4	ГРЕЧА ОТВАРНАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,92	4,3	3,6	22,1	140
2015	2/9	МЯСО КУР ОТВАРНОЕ В СОУСЕ	80	15,82	13,7	13,2	1,7	182
2015	15/10	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/5	2,43	0,2	0,1	9,9	42
		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	40	2,01	3	0,4	18,6	92
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,63	3,1	0,4	18,5	85
Итого				31,07	24,7	17,8	72,1	550
Ужин 2								
		БИОЙОГУРТ фруктово-ягодный с.м.д.ж. 2,5 %	150	12,30	4,2	3,8	19,5	129
Итого				12,30	4,2	3,8	19,5	129
Всего				167,43	75,5	80,4	357,3	2420

Зав.столовой

Н.Н.Бояровская

Согласовано

Директор
 ГАПОУ СО "Камышловский гуманитарно-технологический техникум"
 _____ /Е.Е. Бочкарева/

МЕНЮ

8 сентября 2021 г.

12-18 лет.

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2004	311	КАША РИСОВАЯ	250	11,72	6,2	9,9	34,2	251
2015	5/13	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	8,84	5,2	5,4		70
2004	693	КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,28	3,8	3,7	15	108
2004	1	ХЛЕБ С МАСЛОМ	50/10	6,85	3,9	7,8	23,4	181
Итого				33,69	19,1	26,8	72,6	610
Обед								
2015	20/1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ (до 01.03)	100	8,09	1,5	5,1	19,1	127
2004	110	"БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250/20/10	14,79	7,7	10	11,6	164
2015	27/3	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	9,01	3,3	5,5	20,3	142
2004	451	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	33,12	16,2	18,3	14,4	288
		СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	7,83			30,8	87
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,03	3,9	0,5	23,2	106
		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	50	2,51	3,8	0,5	23,3	115
Итого				77,38	36,4	39,9	142,7	1029
Полдник								
2004	697	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	9,92	5,9	6,6	10,3	123
2004	235	ЗРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	80	6,76	2,1	5,8	16,3	126
		БАНАН	180	18,00	2,7	0,9	37,8	173
Итого				34,68	10,7	13,3	64,4	422
Ужин								
2015	6/1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	3,41	0,4	0,1	1,1	7
2015	3/4	ГРЕЧА ОТВАРНАЯ ВЯЗКАЯ	180	5,89	5,1	4,4	26,5	167
2015	2/9	МЯСО КУР ОТВАРНОЕ В СОУСЕ	120	23,74	20,5	20,1	2,7	273
2015	15/10	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/5	2,42	0,2	0,1	9,9	42
		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	50	2,51	3,8	0,5	23,3	115
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,03	3,9	0,5	23,2	106
Итого				40,00	33,9	25,7	86,7	710
Ужин 2								
		БИОЙОГУРТ фруктово-ягодный с.м.д.ж. 2,5 %	180	14,76	5	4,5	23,4	155
Итого				14,76	5	4,5	23,4	155
Всего				200,51	105,1	110,2	389,8	2926

Зав.столовой

Н.Н.Бояровская